

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC

MÉMOIRE
PRÉSENTÉ À
L'UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À TROIS-RIVIÈRES
COMME EXIGENCE PARTIELLE
DE LA MAÎTRISE EN PSYCHOLOGIE

PAR CHANTAL TURGEON

AJUSTEMENT CONJUGAL: LE RÔLE DE L'ATTACHEMENT ET DES STRATÉGIES
D'ADAPTATION

NOVEMBRE 1993

Université du Québec à Trois-Rivières

Service de la bibliothèque

Avertissement

L'auteur de ce mémoire ou de cette thèse a autorisé l'Université du Québec à Trois-Rivières à diffuser, à des fins non lucratives, une copie de son mémoire ou de sa thèse.

Cette diffusion n'entraîne pas une renonciation de la part de l'auteur à ses droits de propriété intellectuelle, incluant le droit d'auteur, sur ce mémoire ou cette thèse. Notamment, la reproduction ou la publication de la totalité ou d'une partie importante de ce mémoire ou de cette thèse requiert son autorisation.

Ce document est rédigé sous la forme d'un article scientifique, tel qu'il est stipulé dans les règlements des études avancées (art. 16.4) de l'Université du Québec à Trois-Rivières. L'article a été rédigé selon les normes de publication d'une revue reconnue et approuvée par le Comité d'études avancées en psychologie. Le nom du directeur de recherche pourrait donc apparaître comme co-auteur de l'article soumis pour publication.

Table des Matières

Résumé.....	2
Ajustement Conjugal: Le Rôle de l'Attachement et des Stratégies d'Adaptation	3
Stratégies d'adaptation.....	4
Stratégies d'adaptation et relation conjugale	6
Attachement.....	9
Méthode	13
Sujets.....	13
Procédure	13
Instruments de Mesure	14
Résultats.....	17
Analyses corrélationnelles simples.....	18
Analyses de régression multiple.....	20
Discussion	26
Références	36
Notes des Auteurs.....	44
Tableau 1.....	45
Sous-Titres des Figures	46
Figures 1 à 3.....	47
Remerciements	50

Ajustement Conjugal: Le Rôle de l'Attachement et des Stratégies d'Adaptation

Chantal Turgeon et Yvan Lussier

Université du Québec à Trois-Rivières

Stéphane Sabourin

Université Laval

Titre courant: ATTACHEMENT ET STRATÉGIES D'ADAPTATION

Résumé

La présente étude a pour objectif d'examiner la nature des relations entre les styles d'attachement (sécurisant, anxieux/ambivalent et évitant) des conjoints et les stratégies d'adaptation (centrées sur la tâche, sur les émotions et sur l'évitement) qu'ils priorisent devant un événement conflictuel de nature conjugale. De plus, le lien entre ces deux variables et l'ajustement dyadique sera évalué. L'étude comprend 124 couples mariés ou vivant en cohabitation depuis en moyenne 11.3 années. L'âge moyen des répondants est de 36.7 ans. Les sujets doivent répondre à deux questionnaires d'attachement (Hazan & Shaver, 1987; Mikulincer, Florian, & Tolmacz, 1990), à l'inventaire des stratégies d'adaptation (Endler & Parker, 1990), ainsi qu'à l'échelle d'ajustement conjugal (Spanier, 1976). L'hypothèse voulant qu'il existe des relations entre les styles d'attachement et les stratégies d'adaptation est partiellement confirmée. Tel que prévu, l'attachement sécurisant est relié positivement au choix de stratégies d'adaptation centrées sur la tâche. Également, il y a une relation positive entre l'attachement anxieux/ambivalent et le choix de stratégies visant à régulariser les émotions. Cependant, aucun lien significatif n'est observé entre l'attachement évitant et les stratégies d'évitement. Les analyses de régression multiple montrent que l'attachement anxieux/ambivalent du répondant, ainsi que celui de son/sa conjoint(e) viennent expliquer une portion significative de la variance associée à l'ajustement conjugal. Finalement, les stratégies d'adaptation semblent moduler les relations entre le style d'attachement des conjoints et leur ajustement conjugal.

Ajustement Conjugal: Le Rôle de l'Attachement et des Stratégies d'Adaptation

Les relations de couple exigent à la fois que les partenaires établissent, développent et maintiennent un lien affectif entre eux et fournissent des efforts d'adaptation tantôt circonstanciels et tantôt prolongés. Dans leur souci d'identifier les variables psychologiques associées à l'ajustement du couple, les chercheurs ont très peu tenté de combiner en un seul modèle intégrateur les facteurs affectifs et cognitifs (Fincham, Bradbury, & Scott, 1990). Il faut préciser que l'affectivité, même si elle constitue une des dimensions les plus significatives d'une relation d'intimité, puisque les gens décrivent leur relation souvent en terme de sentiments et d'émotions, est aussi l'une des plus difficiles à conceptualiser et à modéliser (Fitness & Strongman, 1991).

L'ensemble des recherches en psychologie conjugale montre que les patrons attributionnels à l'oeuvre chez les conjoints expliquent de façon cohérente les vicissitudes du sentiment de satisfaction conjugale. Ainsi, les conjoints, dont le degré de satisfaction est élevé, expliquent les événements conjugaux renforçateurs et les comportements positifs de leur partenaire par la présence de caractéristiques internes, globales et stables, alors qu'ils expliquent les situations conjugales aversives et les comportements négatifs de leur partenaire par la présence de facteurs externes, spécifiques et transitoires. Des résultats inverses sont obtenus, lorsque le degré de satisfaction conjugale est faible (e.g., Alain, 1985; Doherty, 1982; Fincham, 1985; Fincham & O'Leary, 1983; Fincham, Beach, & Nelson, 1987; Holtzworth-Munroe & Jacobson, 1985). Par ailleurs, ces dernières années, les chercheurs ont tenté d'identifier les stratégies

d'adaptation (ou "coping"), qui se répercutent le plus directement sur les conduites des partenaires et sur leur degré d'ajustement dyadique.

Stratégies d'Adaptation

Les stratégies d'adaptation sont définies comme une série de conduites cognitives (pensées) et comportementales (actions, gestes) utilisées par un individu pour gérer une situation aversive ou stressante, transitoire ou chronique, courante ou extrême (Lazarus & Folkman, 1984). Lazarus identifie deux types de stratégies d'adaptation selon la fonction qu'elles occupent dans la transaction avec l'événement stressant. Les stratégies d'adaptation centrées sur les émotions permettent de régulariser les émotions (e.g., la pensée magique, la recherche de support social, le blâme, etc.) afin de mieux faire face au stress, tandis que les stratégies d'adaptation centrées sur la tâche consistent à se mettre en action pour modifier le problème à la source du stress (analyser le problème, se concentrer sur ce qu'il y a à faire étape par étape, etc.). À ces deux fonctions, Pearlin et Schooler (1978), ainsi que Endler et Parker (1990) ajoutent que les stratégies d'adaptation peuvent aussi servir à changer la signification de l'élément stressant, comme par exemple, en l'évitant (stratégies d'évitement) d'une quelconque façon (sortir prendre une marche, prendre des vacances, manger, dormir afin d'oublier, etc.). Ces auteurs voient la nécessité de distinguer les stratégies d'évitement des stratégies centrées sur les émotions, alors qu'elles font partie d'un même regroupement (stratégies d'adaptation centrées sur les émotions) dans les analyses théoriques de Folkman et Lazarus.

Un examen critique de la documentation révèle la présence d'un débat quant à la stabilité des stratégies d'adaptation. En premier lieu, certains sont

d'avis qu'il s'agit d'un trait relié à la personnalité ou d'un style d'adaptation habituel et stable chez une personne (Haan, 1977; Kobasa, 1979; Vaillant, 1977). En deuxième lieu, Billings et Moos (1981) soutiennent que le mode d'utilisation des stratégies est représentatif de sa manière habituelle de s'adapter en général. Donc, sans considérer les stratégies d'adaptation comme des traits de personnalité, ces auteurs croient qu'elles perdurent à travers les événements. En troisième lieu, d'autres chercheurs observent que le choix des stratégies d'adaptation change selon les problèmes spécifiques rencontrés par cette personne (Folkman & Lazarus, 1980; Menaghan, 1982). À cet effet, Folkman et Lazarus (1985) ont étudié la variation du choix des stratégies d'adaptation chez 108 étudiants en situation d'examen. Ils ont constaté que le choix des stratégies d'adaptation différait d'une étape à l'autre (avant, pendant et après l'examen) à l'intérieur de cette même situation.

Les gens s'adaptent de façon complexe; ils combinent les stratégies centrées sur la tâche et une variété de stratégies centrées sur les émotions. Les auteurs concluent donc que les stratégies d'adaptation constituent un processus dynamique caractérisé par le changement. Dans ce contexte, l'évaluation unidimensionnelle des stratégies d'adaptation transforme de façon sérieuse la nature même du processus d'adaptation. D'autres définitions contemporaines (Endler & Parker, 1990; Pearlin & Schooler, 1978; Whiffen & Gotlib, 1989) englobent la notion de variabilité situationnelle. Elles établissent cependant un certain regroupement des situations (e.g., situations professionnelles, conjugales ou situations d'urgence). Le nombre, la nature et les éléments de base des stratégies d'adaptation varient d'une étude à l'autre. Par exemple, pour Lazarus

et Folkman (1984), les huit facteurs mis en évidence par l'analyse factorielle sont traités individuellement ou sont regroupés soit à l'intérieur de stratégies centrées sur la tâche (un seul facteur) ou de stratégies centrées sur les émotions (sept facteurs). Pour Endler et Parker (1990), les trois facteurs sont traités de façon globale (stratégies d'adaptation centrées sur la tâche, sur les émotions et sur l'évitement). Ces auteurs ne distinguent des sous-facteurs que pour l'évitement (évitement par diversion sociale et évitement par distraction). En dépit de la diversité des procédures d'opérationnalisation des stratégies d'adaptation, la prolifération des recherches dans le domaine est représentative de l'importance du rôle que jouent les stratégies d'adaptation dans la médiation entre les événements stressants, la santé physique et le bien-être psychologique (e.g., Billings & Moos, 1981; Ilfeld, 1982; Kessler & Essex, 1982; Pearlin & Schooler, 1978).

Stratégies d'Adaptation et Relation Conjugale

Les relations conjugales représentent un contexte de vie où le choix des stratégies d'adaptation revêt une grande importance. L'enquête de Pearlin et Schooler (1978), effectuée auprès de 2300 individus, démontre en effet que l'efficacité du choix des stratégies d'adaptation dans le soulagement des tensions maritales est beaucoup plus observable que dans tout autre rôle social joué par l'individu (travailleur, soutien de famille, ménagère, voisin, citoyen, etc.). Les modes de gestion du stress des conjoints représentent des éléments déterminant le cours de la dépression d'un conjoint et l'évolution de la relation conjugale (Gotlib & Colby, 1987).

Un survol des quelques recherches ayant exploré l'impact des stratégies d'adaptation sur l'ajustement dyadique, montre que les stratégies négatives (e.g.,

éviter, confrontation et blâme) sont particulièrement employées par les conjoints qui vivent des mésententes et de l'insatisfaction conjugales. En revanche, les stratégies d'adaptation positives (e.g., résolution de problème, réévaluation positive) sont davantage utilisées par les individus satisfaits de leur vie de couple (Bowman, 1990; Richer & Sabourin, 1988; Sabourin et al, 1990; Whiffen & Gotlib, 1989). Dans une comparaison de couples où le degré de détresse conjugale varie, Sabourin et ses collaborateurs (1990) rapportent que les couples perturbés utilisent moins la comparaison optimiste (comparer la situation présente avec une situation passée ayant été plus difficile ou comparer sa situation avec celle d'autres personnes en difficulté), moins la négociation et davantage la résignation que les conjoints qui sont satisfaits de leur vie de couple. L'étude de Richer et Sabourin (1988) a aussi montré que les stratégies d'adaptation sont en général de bons facteurs prévisionnels de l'ajustement dyadique et que la stratégie d'évitement est le déterminant le plus important de la détresse conjugale. Selon Ilfeld (1982), les stratégies d'adaptation utilisées pour combattre les stressors conjugaux seraient des déterminants majeurs du niveau de stress éprouvé par les individus.

McLaughlin et Cormier (1988) dans une étude réalisée auprès de 69 femmes travaillant à l'extérieur, concluent que les femmes satisfaites de leur relation maritale utilisent un inventaire plus large de stratégies d'adaptation que les femmes insatisfaites. Dans une autre étude, Menaghan (1982) a examiné la fréquence d'utilisation de quatre stratégies d'adaptation (la négociation, la comparaison optimiste, la résignation et l'ignorance sélective) de 1106 personnes (un seul des conjoints est questionné), ainsi que le niveau des problèmes

conjugaux rencontrés à l'intérieur de leur vie de couple (mesuré en fonction de trois aspects: le sentiment d'équité, la distance émotionnelle entre les époux et le manque de possibilités de croissance de la relation). Ces variables sont évaluées à deux reprises suivant un intervalle de quatre ans. L'auteure observe que les gens ayant plus de problèmes conjugaux sont davantage portés à utiliser la résignation et l'ignorance sélective, alors que ces stratégies viennent augmenter la détresse conjugale et le niveau de problèmes conjugaux ultérieurs. Par contre, les efforts de négociation ne viennent pas réduire la détresse conjugale à court terme, mais ils sont associés à une baisse du nombre de problèmes conjugaux ultérieurs. Seule l'utilisation de la comparaison optimiste diminue la détresse conjugale sur une base transversale et longitudinale. Le lien robuste entre le niveau de problème et le choix des stratégies d'adaptation suggère un effet en spirale envenimant l'expérience conjugale: comme les problèmes augmentent, le choix des stratégies se répercute sur la détresse ressentie présentement et sur le nombre de problèmes ultérieurs. Gotlib et Whiffen (1989) soulignent que les couples dont la femme est dépressive sont non seulement plus insatisfaits de leur relation que les autres, mais aussi qu'ils ont tendance à utiliser l'évitement, la confrontation et le contrôle de soi comme stratégies d'adaptation. Bowman (1990), à l'aide d'une nouvelle échelle des stratégies d'adaptation développée spécifiquement pour les couples, démontre que les épouses en détresse conjugale utilisent moins la comparaison optimiste et davantage la résignation que les épouses satisfaites de leur vie conjugale. De plus, les stratégies d'adaptation constituent de bons déterminants de la satisfaction conjugale autant pour les

hommes que pour les femmes. Plus spécifiquement, la comparaison optimiste abaisse la détresse conjugale tandis que la résignation l'augmente.

Folkman, Lazarus, Dunkel-Schetter, DeLongis et Gruen (1986) ont évalué auprès de 75 couples le jeu des relations qui existe entre l'évaluation cognitive, les stratégies d'adaptation et les conséquences d'un événement stressant vécu par des conjoints au cours des sept jours précédant leur enquête. Il ne s'agissait cependant pas nécessairement de conflit de couple et la satisfaction conjugale n'était pas mesurée. Il ressort toutefois que le choix des stratégies d'adaptation est fortement lié: 1) à l'évaluation cognitive que les conjoints font de la situation, 2) à leurs capacités de composer avec cette situation et 3) aux enjeux et aux options qui s'offrent à l'individu dans sa transaction avec l'événement stressant. Lazarus et Folkman (1984) précisent que le choix des stratégies d'adaptation ne se fait pas au hasard. Les expériences passées agissent considérablement sur ce choix.

Attachement

L'attachement aux figures parentales est, selon Bowlby (1969, 1973, 1980), une expérience qui teinte les liens affectifs d'un individu avec toutes les autres figures relationnelles intimes subséquentes. L'analogie entre les styles d'attachement (Ainsworth, Blehar, Waters, & Wall, 1978) à la figure parentale et les types d'attachement amoureux a récemment été soulignée. Des chercheurs de l'université de Denver (Hazan & Shaver, 1987; Shaver, Hazan, & Bradshaw, 1988) ont démontré que la théorie de l'attachement amoureux représente un cadre pertinent à la conceptualisation de la dynamique conjugale. La typologie développée par Ainsworth et al. (1978) pour décrire les styles d'attachement de

l'enfant peut également s'appliquer à l'adulte. Cette typologie identifie trois principaux styles d'attachement: sécurisant, anxieux/ambivalent et évitant. Les caractéristiques définissant chacun des styles d'attachement à l'âge adulte proviennent de l'étude de Hazan et Shaver effectuée en 1987.

Le style sécurisant est caractérisé par la présence d'un attachement émotionnel empreint de confiance pour le conjoint. Ces individus sont capables de reconnaître les moments de détresse qu'ils vivent et de demander du support. Ils sont aussi enclins à moduler leurs sentiments négatifs en situation de résolutions de problème. Le style anxieux/ambivalent se caractérise par l'existence d'un besoin d'être continuellement accroché à l'autre, par des sentiments d'indigence et d'ambivalence envers la relation. Il y a aussi présence d'une forte anxiété, de doute et d'obsession pour le partenaire. Le style d'attachement évitant se démarque des autres styles par l'égoïsme apparent et la distance émotionnelle dont les individus font la preuve. La personne qui évite de s'attacher cache ses sentiments d'insécurité et sa peur de l'intimité. Il évite de ressentir de la détresse; il manifeste plutôt de l'hostilité et il est sensible au rejet. Selon Hazan et Shaver (1987), ces trois orientations face à l'intimité peuvent rendre compte des différences dans le processus de développement d'une relation, ainsi que des différences dans les niveaux de satisfaction et de conflits conjugaux.

Théoriquement, dans leurs efforts quotidiens d'adaptation à une relation intime, les conjoints choisissent des stratégies d'adaptation en fonction de leur style d'attachement. Jusqu'à ce jour, deux groupes de chercheurs (Levy & Davis, 1988; Pistole, 1989) ont examiné l'existence d'une correspondance entre

le style d'attachement et les habiletés de résolution de problème des conjoints. Les individus ayant un style d'attachement sécurisant utilisent davantage des stratégies d'intégration (qui consistent à unifier les idées des deux partenaires et à les orienter vers une solution commune) que les personnes caractérisées par des style anxieux/ambivalent et évitant. Ils se distinguent également par une plus grande utilisation de compromis que les individus appartenant aux deux autres styles. Simpson, Rholes et Nelligan (1992), dans une étude menée auprès de 83 couples, évaluent comment le style d'attachement vient modérer les comportements spontanés des partenaires lorsque l'épouse est soumise à une situation expérimentale provoquant de l'anxiété. Les résultats démontrent qu'en situation de stress accru, les femmes ayant un style d'attachement sécurisant recherchent davantage du support de leur partenaire que les femmes ayant un style évitant. Les résultats de ces études, ne sont toutefois valables que pour les habiletés de résolution de problème ou pour la recherche de support du conjoint. Il convient de se demander si ces résultats peuvent s'étendre à d'autres stratégies d'adaptation, telles la gestion des émotions face aux tensions maritales ou encore l'évitement de situations conjugales aversives.

D'ailleurs, dans des domaines de recherches autres que celui des relations conjugales, Kobak et Sceery (1988), ainsi que Mikulincer et ses collaborateurs (Mikulincer, Florian, & Tolmacz, 1990; Mikulincer, Florian, & Weller, 1993) ont trouvé que les individus du style d'attachement sécurisant font face au stress en le reconnaissant d'abord comme tel, puis en s'organisant, en posant des actions constructives et en cherchant du support émotif chez les autres afin de diminuer ce stress. Chez les individus de style anxieux/ambivalent, les auteurs

constatent une tendance à se centrer sur l'événement stressant et sur la tension intérieure qu'elle occasionne et ce, avec une attitude contemplative ou hypervigilante. Quoique les études de Mikulincer et al. (1990, 1993) portent sur les réactions à des événements ayant une haute teneur émotive tels la guerre ou la peur de sa propre mort, il est possible de reconnaître à nouveau une correspondance spécifique entre la nature de l'attachement d'un individu et ses manifestations comportementales et cognitives lui permettant de composer avec une situation stressante.

La présente recherche vise l'évaluation simultanée des répercussions du style d'attachement, du choix des stratégies d'adaptation en situation conjugale stressante sur l'ajustement dyadique des conjoints. Il y a lieu de croire, à la lumière des résultats des études répertoriées ci-haut, que le style d'attachement sera relié au choix des stratégies d'adaptation. Ce constat permet de poser trois hypothèses. L'attachement sécurisant sera associé aux stratégies d'adaptation actives axées sur la résolution de problème; l'attachement anxieux/ambivalent sera relié à des stratégies passives de dépendance, donc des stratégies d'adaptation centrées sur les émotions et l'attachement évitant sera lié à des stratégies de l'ordre du détachement et de la mise en distance, donc des stratégies d'adaptation évitantes. Étant donné l'état embryonnaire de l'étude des relations entre l'attachement, les stratégies d'adaptation et l'ajustement conjugal, des analyses supplémentaires seront réalisées en vue d'examiner simultanément les répercussions de l'attachement et des stratégies d'adaptation d'un(e) partenaire sur l'ajustement conjugal de l'autre partenaire du couple. De plus, nous allons examiner si les stratégies d'adaptation peuvent remplir une fonction

médiatrice ou modératrice dans la relation unissant les styles d'attachement et la satisfaction conjugale.

Méthode

Sujets

La présente étude est composée de 124 couples canadiens-français, mariés ($n = 73$ couples) ou vivant en cohabitation ($n = 51$ couples). L'âge des conjoints varie entre 18 et 59 ans; les femmes ont en moyenne 35.79 ans ($\text{ÉT} = 8.99$) et les hommes ont en moyenne 37.59 ans ($\text{ÉT} = 9.24$). Le niveau moyen de scolarité autant chez les hommes que chez les femmes est de 13 ans. Le revenu annuel moyen des hommes s'élève à \$38 914 alors que celui des femmes se chiffre à \$17 150. La durée moyenne de cohabitation est de 11.25 ans ($\text{ÉT} = 9$ mois) et varie entre 6 mois et 34 ans. Les couples ont en moyenne 1.2 enfants provenant de leur union actuelle. La moyenne d'âge des enfants est de 11.94 ans.

Procédure

Les couples ont été recrutés sur une base volontaire par l'intermédiaire de différents médias d'information (TV, journal et activités sociales). Le taux de retour des questionnaires s'élève à 66%. Les couples désireux de participer à l'étude reçoivent les questionnaires par la poste accompagnés d'un formulaire de consentement et d'un court questionnaire de renseignements généraux. La consigne invite les conjoints à répondre à toutes les questions et ce, individuellement et sans se consulter. Les questionnaires auxquels un seul des deux conjoints a répondu ont été retirés de l'échantillon. En guise de remerciement pour leur participation, les couples qui le désiraient ont reçu un

résumé de leur résultats individuels. Ils se voyaient également offrir sans frais une rencontre avec un psychologue (seul ou en couple) pour venir discuter de leurs réactions aux questionnaires ou de leur interrogations concernant leur vie conjugale. Les sujets ont rempli les quatre instruments de mesure suivants: un questionnaire sur les stratégies d'adaptation, deux questionnaires d'attachement et une échelle d'ajustement dyadique.

Instruments de Mesure

L'inventaire des stratégies d'adaptation est une traduction canadienne française (Lussier, 1991) du "Coping Inventory for Stressful Situations, CISS" créée et validée par Endler et Parker (1990). Ce questionnaire mesure les stratégies d'adaptation en 48 items sur une échelle de réponse en 5 points (variant de "pas du tout" à "beaucoup"). La consigne demande au sujet d'indiquer jusqu'à quel point il ressent chacune des réactions proposées dans le questionnaire lorsqu'il vit une situation difficile, tendue ou contrariante dans sa vie de couple.

Dans les étapes de développement du CISS auprès d'étudiants de niveau universitaire, Endler et Parker (1990) ont effectué des analyses en composantes principales suivies d'une rotation varimax. Ils n'ont retenu que les items qui pondéraient à plus de .40. Ces analyses démontrent que les items du CISS mesurent trois stratégies d'adaptation, soit les stratégies orientées vers la tâche (16 items), les stratégies orientées vers l'émotion (16 items) et les stratégies d'évitement (16 items). L'analyse factorielle suivie d'une rotation varimax de la version française du CISS réalisée auprès des présents sujets suggère la présence de trois facteurs principaux dont la composition correspond à celle de la version

originale. Ces trois facteurs; évitement, émotion et tâche, expliquent respectivement 15.8%, 10.3% et 8.9% de la variance associée aux items. Deux items n'atteignent pas la pondération minimale retenue de .30, alors que deux autres items pondèrent au-dessus de .30 sur deux facteurs en même temps. Ces quatre items ont donc été exclus des indices composés. Enfin, trois items ont été déplacés d'échelle, puisqu'ils pondéreraient plus fortement sur une autre dimension que celle prévue par Endler et Parker. En ce qui a trait à la cohérence interne du CISS, les coefficients alphas de Cronbach obtenus par Endler et Parker varient de .72 à .90 pour les trois sous-échelles. La cohérence interne de la traduction française du questionnaire indique un alpha standardisé de Cronbach de .85 pour l'échelle des stratégies d'évitement, de .86 pour l'échelle des stratégies centrées sur les émotions et de .85 pour l'échelle des stratégies centrées sur la tâche.

L'instrument d'évaluation des styles d'attachement développé par Hazan et Shaver (1987) consiste en un item qui comprend trois descriptions correspondant chacune à un des trois styles d'attachement: sécurisant, anxieux/ambivalent et évitant. Les sujets ont comme consigne de choisir le prototype qui les décrit le mieux. Les propriétés psychométriques de cette mesure discrète de l'attachement ont été évaluées dans plusieurs études (e.g., Kobak & Hazan, 1991; Mikulincer & Erev, 1991; Pistole, 1989; Senchak & Leonard, 1992; Simpson, 1990; Simpson et al., 1992). À partir de la distribution des sujets à l'intérieur des trois catégories d'attachement (sécurisant = 74.1 %, évitant = 23.1%, anxieux/ambivalent = 2.8%), nous avons regroupé les styles d'attachement anxieux/ambivalent et les styles d'attachement évitant en une seule catégorie, soit celle de l'attachement non-sécurisant.

Le Questionnaire d'évaluation des dimensions de l'attachement (Mikulincer et al., 1990) se compose de 15 items (5 items par style d'attachement) cotés sur une échelle en 7 points. Ce questionnaire reprend les trois descriptions définissant les trois styles d'attachement de la première mesure en les décomposant en énoncés. Les coefficients de cohérence interne obtenus dans les études précédentes oscillent entre .77 et .83 (Mikulincer et al., 1990; Mikulincer & Erev, 1991). Dans la présente étude, les coefficients alphas s'échelonnent de .65 à .71. Pour atteindre ces coefficients, trois items ont été supprimés parce qu'ils diminuaient la valeur du coefficient alpha et parce que les corrélations entre ces items et leur sous-échelle respective étaient inférieures à .19. De plus, les résultats de l'analyse en composantes principales avec rotation varimax (une procédure conforme à celle employée par Mikulincer et al., 1990) montrent la présence de trois facteurs qui expliquent 50.3% de la variance totale.

L'échelle d'ajustement dyadique (Spanier, 1976) vise à mesurer le degré d'adaptation des partenaires à la vie de couple selon quatre facteurs: l'expression de l'affectivité, la cohérence, la cohésion et la satisfaction conjugale. L'étendue des scores de ce questionnaire de 32 items oscille entre 0 et 151 pour un score global d'ajustement dyadique. Ce questionnaire bénéficie d'une excellente fidélité, les alphas variant entre .86 et .96 autant dans la version anglaise que canadienne française (Baillargeon, Dubois, & Marineau, 1986; Bouchard, Sabourin, Lussier, Wright, & Boucher, 1991; Sabourin, Lussier, Laplante, & Wright, 1990; Spanier, 1976; Spanier & Thompson, 1982). De plus, les scores des couples perturbés diffèrent significativement des scores des couples non-

perturbés (Margolin, 1981). Dans la présente étude, le coefficient alpha standardisé de Cronbach atteint .92.

Résultats

Tout d'abord, des corrélations ont été réalisées entre les variables sociodémographiques et les trois indices des stratégies d'adaptation. Ces résultats se révèlent significatifs uniquement pour les stratégies d'évitement. Plus les personnes utilisent des stratégies d'évitement pour composer avec les événements stressants dans leur vie de couple, moins elles sont âgées ($r = -.13, p < .05$), plus la durée de leur cohabitation est courte ($r = -.13, p < .05$), moins leur revenu est élevé ($r = .20, p < .01$) et moins elles ont d'enfants ($r = -.14, p < .05$). Les comparaisons de moyennes selon le sexe indiquent que les femmes utilisent significativement plus de stratégies d'adaptation centrées sur les émotions ($M = 3.02, t(245) = 4.21, p < .001$) et de stratégies d'évitement ($M = 2.23, t(236) = 3.91, p < .001$) que les hommes ($M = 2.67, M = 1.92$). Il n'y a pas de différence significative entre les femmes et les hommes dans le choix des stratégies d'adaptation centrées sur la tâche. Les gens mariés ($M = 2.00, t(193) = 2.01, p < .05$) utilisent moins les stratégies d'évitement que les gens vivant en cohabitation ($M = 2.18$). Il n'y a pas de différence significative entre les conjoints qui ont déjà vécu un divorce et ceux qui en n'ont jamais vécu dans le choix des stratégies d'adaptation. En général, les variables sociodémographiques ne sont pas reliées à l'attachement; seul l'âge étant associé négativement à l'indice d'attachement sécurisant, $r = -.12, p < .05$.

Analyses corrélationnelles simples

Plus les individus obtiennent une cote élevée à l'indice d'attachement sécurisant, plus ils utilisent des stratégies d'adaptation centrées sur la tâche ($r = .30, p < .001$). Les conjoints qui rapportent une cote élevée à l'indice d'attachement anxieux/ambivalent utilisent davantage des stratégies d'adaptation centrées sur les émotions ($r = .29, p < .001$) et des stratégies d'évitement ($r = .12, p < .05$). Enfin, plus l'indice d'attachement évitant est élevé, plus l'individu utilise des stratégies d'adaptation centrées sur les émotions ($r = .29, p < .001$). Contrairement aux hypothèses de départ, il n'a pas de relation significative entre l'indice d'attachement évitant et les stratégies visant l'évitement de la situation conjugale conflictuelle. Des coefficients de corrélation ont aussi été calculés séparément pour les hommes et les femmes. Les résultats font ressortir certaines différences d'ordre sexuel. Chez les femmes, il n'y a pas de lien significatif entre l'indice d'attachement sécurisant et l'utilisation de stratégies centrées sur la tâche, tandis que pour les hommes ce lien existe de manière significative ($r = .24, p < .01$). De plus, l'indice d'attachement anxieux/ambivalent est relié au choix des stratégies d'évitement seulement chez les hommes ($r = .25, p < .01$).

Les corrélations entre les trois stratégies d'adaptation et l'ajustement dyadique laissent voir que plus les conjoints utilisent les stratégies centrées sur la tâche, plus ils se disent satisfaits de leur relation amoureuse ($r = .18, p < .01$). Plus ils utilisent des stratégies centrées sur les émotions ($r = -.34, p < .001$), moins ils sont ajustés dans leur vie de couple. Lorsque les données des hommes et celles des femmes sont traitées séparément, aucun lien significatif n'apparaît entre l'utilisation des stratégies d'adaptation centrées sur la tâche et l'ajustement

dyadique pour les hommes. Il n'y a pas de relation significative entre le choix des stratégies d'évitement et l'ajustement dyadique, ni pour la femme, ni pour l'homme.

Les corrélations entre les trois indices d'attachement et l'ajustement dyadique montrent que seuls les indices d'attachement anxieux/ambivalent ($r = -.47, p < .001$) et évitant ($r = -.21, p < .001$) sont associés négativement avec l'ajustement conjugal. Lorsque les analyses sont reprises séparément pour les hommes et les femmes, la relation entre l'attachement évitant et l'ajustement conjugal n'est plus significative pour les hommes. Il n'existe aucun lien significatif entre l'indice d'attachement sécurisant et l'ajustement du couple.

En ce qui a trait à la comparaison des sujets classifiés selon les deux styles d'attachement à partir de l'instrument d'évaluation des styles d'attachement développé par Hazan et Shaver (1987), les résultats montrent que les conjoints dont l'attachement est sécurisant sont plus portés à se centrer sur la tâche ($M = 3.59, t(244) = 1.98, p < .05$) lorsqu'une situation stressante survient dans leur vie de couple, comparativement aux conjoints dont l'attachement est non sécurisant ($M = 3.43$). Ces derniers sont davantage centrés sur leurs émotions ($M = 3.03, t(244) = -2.56, p < .05$) que les conjoints dont l'attachement est sécurisant ($M = 2.79$). Il n'y a pas de différence significative entre les deux groupes de conjoints (sécurisant et non sécurisant) sur le plan de l'utilisation des stratégies d'évitement. Les sujets du style sécurisant obtiennent des cotes d'ajustement conjugal ($M = 117.15$) significativement supérieures à celles des individus du style non-sécurisant ($M = 107.39, t(238) = 4.01, p < .001$). Afin

de déterminer si le regroupement des sujets du style anxieux/ambivalent et du style évitant dans un seul style qualifié de non-sécurisant peuvent affecter les résultats, nous avons repris les analyses en excluant les sujets du groupe anxieux/ambivalent. Les résultats demeurent similaires.

Analyses de régression multiple

Des analyses de régression multiple ont été utilisées en vue d'examiner la contribution des styles d'attachement (sécurisant, anxieux/ambivalent et évitant) et des stratégies d'adaptation (tâche, émotions et évitement) à l'explication de la variance associée à l'ajustement conjugal. Puisque les travaux empiriques et théoriques démontrent que le style d'attachement se développe et se stabilise tôt dans la vie d'une personne, les variables d'attachement ont été entrées en premier lieu dans l'analyse de régression, suivies des stratégies d'adaptation.

L'ajustement dyadique constitue la variable dépendante. Des analyses séparées ont été effectuées pour les femmes et pour les hommes puisque des différences ressortent entre les sexes dans le choix des stratégies d'adaptation. Les résultats présentés au Tableau 1 montrent que chez les femmes, les variables d'attachement expliquent 30% de la variance associée à l'ajustement conjugal. Les scores des indices d'attachement évitant et anxieux/ambivalent contribuent significativement à une baisse de l'ajustement conjugal. Contrairement aux attentes de départ, le poids négatif du Bêta de l'indice d'attachement sécurisant suggère que cette variable est relié à l'insatisfaction conjugale. Nous reviendrons sur ce point dans la discussion. Les indices de stratégies d'adaptation expliquent quant à eux une proportion additionnelle de 12% de la variance. Ainsi, les stratégies centrées sur la tâche sont associées positivement à l'ajustement conjugal

de la femme, alors que les stratégies centrées sur les émotions y sont reliées négativement.

Chez les hommes, les variables d'attachement viennent expliquer 19% de la variance des scores associés à l'ajustement conjugal. L'indice d'attachement anxieux/ambivalent contribue à expliquer significativement la détresse conjugale. À cela s'ajoute une explication significative de 6% de l'ajustement conjugal par les variables cognitives, compte tenu d'une contribution significative et négative des stratégies centrées sur les émotions.

Insérer le Tableau 1 ici

Une deuxième série d'analyses de régression multiple a été effectuée en vue de vérifier si l'attachement et les stratégies d'adaptation d'un partenaire exercent une influence sur l'ajustement conjugal de l'autre partenaire. Ainsi, les analyses regroupent à la fois les variables du (de la) répondant(e) et celles de son (sa) partenaire. Les résultats révèlent que l'attachement anxieux/ambivalent ($B\hat{e}ta = -.20, p < .05$), l'attachement sécurisant ($B\hat{e}ta = -.20, p < .05$) et les stratégies centrées sur les émotions ($B\hat{e}ta = -.17, p < .05$) provenant de la conjointe viennent accroître significativement de 6% la proportion de variance associée à l'ajustement conjugal de l'homme. En d'autres mots, plus la femme établit ses liens affectifs sur un mode anxieux/ambivalent, plus le mari rapporte des difficultés conjugales. Aussi, contrairement à ce qui était attendu, plus l'épouse démontre un attachement sécurisant, moins le mari est satisfait de sa relation de couple. Enfin, les stratégies d'adaptation centrées sur les émotions utilisées par

la femme sont associées négativement à l'ajustement conjugal du mari. Par ailleurs, l'attachement anxieux/ambivalent du conjoint ($B\hat{e}ta = -.31, p < .01$) vient accroître significativement de 7% la proportion de variance associée à l'ajustement conjugal de la femme. Plus le mari a un attachement anxieux/ambivalent, moins l'épouse est satisfaite de sa relation. Les stratégies d'adaptation de l'homme ne sont pas associées significativement à l'ajustement conjugal de la femme. Les variables individuelles qui contribuaient significativement à l'ajustement conjugal, telles que présentées au Tableau 1, demeurent en général les mêmes. Toutefois, dans cette deuxième série d'analyses, l'attachement évitant de la femme n'est plus relié à son propre ajustement conjugal.

Étant donné l'état embryonnaire des recherches sur l'attachement, les stratégies d'adaptation et l'ajustement conjugal, des analyses supplémentaires ont été réalisées en vue d'examiner si les stratégies d'adaptation pouvaient remplir une fonction médiatrice ou modératrice dans la relation entre l'attachement et l'ajustement conjugal. Selon Baron et Kenny (1986), la procédure utilisée pour vérifier la présence de l'effet médiateur d'une variable dans la relation entre deux autres variables doit satisfaire trois conditions et nécessite de conduire trois analyses de régression. Premièrement, la variable indépendante (attachement) doit contribuer significativement à la prédiction des cotes de la variable supposée médiatrice (stratégies d'adaptation). Deuxièmement, la variable indépendante doit contribuer significativement à la prédiction de la variable dépendante (ajustement conjugal). Troisièmement, lorsque le médiateur et la variable indépendante sont insérés conjointement dans l'équation de régression, le médiateur permet de

prédire significativement la variable dépendante et en plus, la contribution de la variable indépendante à la prédiction de la variable dépendante diminue de façon significative par rapport à sa contribution lorsqu'elle est entrée seule dans l'équation de régression. Afin de vérifier cette diminution, le coefficient de régression est comparé entre la deuxième et la troisième analyse où la variable supposée médiatrice est insérée (Cohen & Cohen, 1975). S'il y a une diminution du coefficient de régression et que les intervalles de confiance ne se recoupent pas, il y a lieu de conclure à la présence d'une variable médiatrice entre les variables indépendante et dépendante. L'application de cette procédure avec les variables de la présente étude nous a permis d'observer qu'à la troisième étape, il n'y avait pas de diminution du coefficient Bêta de la variable d'attachement et qu'il y avait un recoupement des intervalles de confiance des coefficients de régression dans chacune des comparaisons. La troisième condition n'étant pas rencontrée dans son ensemble, force est de conclure qu'il n'y a pas d'effet médiateur des stratégies d'adaptation dans la relation entre l'attachement et l'ajustement dyadique. En d'autres termes, il y a une relation directe entre l'attachement et l'ajustement conjugal. Les stratégies d'adaptation ne semblent pas être un relais par lequel doit systématiquement passer les variables d'attachement pour être reliées à l'ajustement conjugal.

L'analyse de régression multiple modérée de type hiérarchique (Cohen & Cohen, 1983) permet de vérifier la valeur modératrice des stratégies d'adaptation dans la relation unissant les indices d'attachement et l'ajustement conjugal des conjoints. Neuf nouvelles variables sont ajoutées aux analyses de régression hiérarchiques précédentes. En effet, à la suite de l'insertion par étape de

l'attachement (variable indépendante) et des stratégies d'adaptation (variable présumée modératrice), le produit de ces deux variables prévisionnelles est introduit dans l'équation. Les résultats des deux premières étapes indiquent l'effet principal de chacune des variables sur la variable dépendante (ajustement dyadique). Les résultats de la troisième étape renseignent sur l'existence possible d'une variable modératrice. En effet, l'existence d'un effet d'interaction entre les deux variables prévisionnelles signale la présence d'un effet modérateur des stratégies d'adaptation. Plus précisément, la force de l'effet d'interaction correspond au pourcentage supplémentaire de variance expliqué par l'interaction, au-delà de la variance de l'ajustement dyadique déjà expliquée par les variables indépendantes (Jaccard, Turrisi, & Wan, 1990). Les résultats montrent deux interactions significatives dans l'explication de l'ajustement conjugal chez les femmes et un effet d'interaction significatif pour les hommes.

Chez les femmes, l'interaction entre l'attachement sécurisant et les stratégies d'évitement fait accroître significativement de 3% l'explication de la variance de leur ajustement conjugal ($B\hat{e}ta = -.19$, $F(7,113) = 7.20$, $p < .01$). Donc, pour les conjointes, la relation entre l'attachement sécurisant et l'ajustement conjugal est modifié par le niveau d'utilisation des stratégies d'évitement. Toujours chez les femmes, l'attachement évitant lorsqu'en interaction avec les stratégies d'adaptation centrées sur la tâche, vient ajouter significativement 2% à l'explication de l'ajustement conjugal ($B\hat{e}ta = .15$, $F(7, 113) = 4.39$, $p < .05$). En ce qui a trait aux hommes, l'interaction entre l'attachement anxieux/ambivalent et les stratégies d'évitement ajoute

significativement un 3% supplémentaire à l'explication de la variance de leur ajustement conjugal ($B\hat{e}ta = .16$, $F(7, 115) = 4.36$, $p < .05$).

Insérer les Figures 1, 2 et 3 ici

Afin de connaître la nature de l'impact de la variable modératrice (stratégies d'adaptation) sur la relation entre l'attachement et l'ajustement, des analyses complémentaires (Aiken & West, 1991) sont effectuées et permettent d'illustrer le sens de la relation entre la variable indépendante et la variable dépendante lorsque la variable modératrice intervient. Ainsi, telle qu'illustrée à la Figure 1, pour des degrés élevés d'utilisation des stratégies d'évitement, la relation entre l'attachement sécurisant et l'ajustement conjugal est négative pour les femmes ($B\hat{e}ta = -.28$, $t(119) = -2.01$, $p < .05$). Toujours pour celles-ci, lorsque les degrés d'utilisation des stratégies d'évitement sont bas, la relation entre l'attachement sécurisant et l'ajustement devient positive ($B\hat{e}ta = .31$, $t(119) = 2.78$, $p < .01$). La Figure 2 montre que lorsque les femmes utilisent de façon marquée des stratégies centrées sur la tâche, la relation entre l'attachement évitant et l'ajustement dyadique n'est plus significative ($B\hat{e}ta = -.07$, $t(118) = -.60$, ns), tandis que lorsque ces degrés sont bas la relation entre l'attachement évitant et l'ajustement est significativement négative ($B\hat{e}ta = -.43$, $t(118) = -4.19$, $p < .001$). Pour les hommes, à des degrés élevés d'utilisation des stratégies évitantes, il existe une relation négative entre l'attachement anxieux/ambivalent et l'ajustement ($B\hat{e}ta = -.32$, $t(120) = -2.88$, $p < .01$) et lorsque ces degrés sont

bas, la relation entre l'attachement anxieux/ambivalent et l'ajustement est toujours négative ($B\hat{e}ta = -.64$, $t(120) = -5.57$, $p < .001$), mais de façon encore plus prononcée cette fois (voir Figure 3).

Discussion

La présente étude avait pour objectif d'examiner les relations entre l'attachement et les stratégies d'adaptation et d'évaluer la nature et l'ampleur de leur contribution à l'explication de l'ajustement conjugal. Les hypothèses voulant que pour chacun des styles d'attachement existe une correspondance avec les stratégies d'adaptation à une situation stressante vécu dans le couple se confirment en grande partie. Les individus du style d'attachement sécurisant utilisent davantage des stratégies d'adaptation centrées sur la tâche, comparativement aux sujets du style non-sécurisant. Les conjoints adoptant un style d'attachement non-sécurisant ont davantage tendance à utiliser des stratégies centrées sur les émotions que les conjoints du style sécurisant.

Par ailleurs, il n'y a aucune différence entre les individus du style sécurisant et ceux du style non sécurisant en ce qui a trait à l'utilisation des stratégies d'évitement. Ces résultats vont à l'encontre des hypothèses formulées. Bien que la majorité des sujets classés dans le groupe non sécurisant sont du style évitant, ces individus ne semblent pas avoir recours à plus de stratégies visant l'évitement des situations conjugales stressantes. Deux explications peuvent être émises pour rendre compte de ces résultats. D'abord, il est probablement plus acceptable socialement pour un conjoint d'indiquer qu'il fait usage de stratégies centrées sur la tâche ou sur les émotions lors de situations conjugales conflictuelles que de montrer qu'il cherche à s'éloigner du problème. Les

individus qui vivent en couple n'aiment peut-être pas paraître irresponsables et fuyants lorsqu'ils sont interrogés sur une situation difficile, tendue ou contrariante survenue dans leur relation conjugale. Une deuxième explication s'inspire d'une étude récente réalisée par Mikulincer et ses collaborateurs (1993) sur les séquelles psychologiques de la guerre du golfe persique. Les auteurs font ressortir la présence d'un lien entre le style d'attachement évitant et les stratégies d'évitement. Toutefois, les auteurs précisent que les individus du style d'attachement évitant utilisent plus de stratégies d'évitement que les individus des deux autres styles uniquement lorsqu'ils habitent près des zones dangereuses. Dans les zones moins dangereuses, cette relation n'est plus significative. Il est possible que les comportements d'évitement des gens du style d'attachement évitant ressortent uniquement dans des situations hautement aversives ou stressantes. Dans notre étude, il aurait été intéressant de contrôler la nature et l'intensité des conflits rencontrés par les partenaires du couple afin de déterminer la valeur de cette interprétation.

Dans la présente étude, deux styles d'attachement au lieu de trois ont été retenus: sécurisant et non sécurisant. En raison du petit nombre d'individus du style anxieux/ambivalent, nous avons regroupé ces sujets avec ceux du style évitant dans un seul groupe (non sécurisant). D'autres auteurs soulignent la sous-représentation des individus de style anxieux/ambivalent et regroupent dans certaines analyses ces sujets et ceux du style évitant en une seule catégorie appelée non sécurisant (Senchack & Leonard, 1992). Toutefois, ce regroupement des individus du style anxieux/ambivalent et du style évitant en un seul style rend impossible la comparaison entre ceux-ci en ce qui a trait aux

stratégies d'adaptation. La faible participation des conjoints anxieux/ambivalents pourrait-être due au fait qu'en raison de leur préoccupation et dépendance excessive pour leur partenaire, ces individus ont repoussé l'invitation de participer à une étude sur le couple ou encore ils n'ont pas retourné leur questionnaire. Ces individus craignent peut-être de faire face à leurs difficultés de couple ou d'exprimer leur insatisfaction conjugale car cela accentuerait leur inconfort. Une prochaine étude devrait inclure un échantillon clinique de couples: une procédure qui pourrait contribuer à accroître le nombre de conjoints du style anxieux/ambivalent. Ainsi, il serait intéressant de vérifier si les individus du style anxieux/ambivalent se distinguent de ceux du style sécurisant et du style évitant au niveau des stratégies d'adaptation.

Contrairement à l'instrument d'évaluation des styles d'attachement, les analyses réalisées sur le questionnaire d'évaluation des dimensions de l'attachement nous ont permis de mettre en évidence trois indices d'attachement tels que stipule la théorie. Ainsi, en complément aux résultats présentés précédemment, nous avons constaté que plus les gens ont une cote élevée à l'indice d'attachement évitant, plus ils sont portés à choisir des stratégies d'adaptation centrées sur les émotions et non des stratégies d'évitement comme il était prévu. Dans les études théoriques récentes, des auteurs (Bartholomew, 1990; Bartholomew & Horowitz, 1991) suggèrent de classifier l'attachement en quatre styles. En plus des styles sécurisant et anxieux/ambivalent (ou craintif), le style évitant serait scindé en deux: le style préoccupé (combinant des traits anxieux/ambivalents et des traits évitants) caractérisé par un désir conscient d'interaction sociale qui est inhibé par la peur de ses conséquences, donnant ainsi

lieu à un détachement et le style rejetant qui est caractérisé par une auto-suffisance apparente relevant d'une négation défensive face au désir d'un contact social enrichissant. Dans notre étude, il est possible que le groupe d'individus du style évitant se rapprocherait de la définition du style préoccupé émergeant de la nouvelle conception de l'attachement en quatre styles et partagerait ainsi des caractéristiques avec le groupe des individus anxieux/ambivalents. Ceci expliquerait la tendance des conjoints évitants à utiliser des stratégies d'adaptation d'ordre émotif.

De plus, contrairement à ce qui était attendu, les partenaires anxieux/ambivalents utilisent des stratégies d'évitement et de fuite. Cette association n'a jamais été mise en évidence dans les recherches existantes. Il serait intéressant de connaître l'intention de ces gens lorsqu'ils fuient: cherchent-ils à attirer l'attention, à créer de l'inquiétude chez l'autre? Nos résultats laissent croire que les stratégies d'évitement pourraient contribuer à régulariser les émotions et elles seraient davantage utilisées par les conjoints ayant un score élevé à l'indice d'attachement anxieux/ambivalent. D'ailleurs, dans la conception de Lazarus, les stratégies évitantes font partie de l'ensemble des stratégies d'adaptation visant la régulation des émotions. Pour Endler et Parker (1990), ainsi que pour Pearlin et Schooler (1978), l'évitement a une fonction particulière qui sert à transformer la signification de l'événement stressant et à amoindrir son importance. Est-ce que l'évitement d'une situation ne serait pas une façon indirecte de contribuer à un réaménagement de l'équilibre émotionnel? Cette question devra être examinée de plus près.

Dans la présente étude, parmi les stratégies d'adaptation, seul l'évitement est relié aux mesures sociodémographiques. Par exemple, plus les individus utilisent des stratégies d'évitement, moins ils sont âgés, moins la durée de leur relation est élevée, moins leur revenu est élevé et moins ils ont d'enfants. De ces informations émergent deux questions: l'expérience à la vie conjugale et familiale parvient-elle à modifier le choix des stratégies d'adaptation et à réduire les comportements d'évitement? Ou est-ce que l'engagement conjugal et familial est choisi par des gens qui utilisent peu de stratégies évitantes? Si la réponse à cette dernière interrogation était affirmative, elle pourrait expliquer la faible relation entre les stratégies d'évitement et l'ajustement du couple étant donné que les plus grands utilisateurs des stratégies d'évitement ne se trouveront que rarement au sein de couples stables. Le choix des stratégies d'évitement s'amenuise-t-il avec le temps? Ou bien, les personnes utilisant surtout les stratégies d'évitement sont-elles plus enclines à ne pas s'engager et avoir des enfants? Une prochaine étude bénéficierait d'un contrôle plus serré de ces facteurs de stabilité conjugale.

Au chapitre des différences sexuelles, les femmes obtiennent des cotes plus élevées d'attachement sécurisant que les hommes. Aucune différence sexuelle n'apparaît dans la majorité des études sur l'attachement. Toutefois, d'autres auteurs (Bartholomew & Horowitz, 1991) observent des différences sexuelles en fonction des styles d'attachement; les femmes ayant un attachement anxieux ou préoccupé plus fréquemment que les hommes. Toutefois, ces résultats ont été obtenus à partir d'une codification par des observateurs d'une entrevue d'évaluation du style d'attachement et non à partir de questionnaires. De plus, ces études ont été réalisées auprès d'un petit nombre d'étudiants

universitaires (étude 1, $N = 77$; étude 2, $N = 69$) dont la moyenne d'âge était de 19 ans. Enfin, les chercheurs ne précisent pas si les sujets vivaient une relation de couple au moment de l'étude.

Des différences selon le sexe de la personne ressortent aussi en fonction de deux stratégies d'adaptation. Les femmes sont de plus grandes utilisatrices des stratégies d'adaptation centrées sur les émotions et des stratégies d'évitement que les hommes. Par contre, il n'y a pas de différence entre les hommes et les femmes en ce qui concerne le recours aux stratégies centrées sur la tâche.

Bowman (1990) obtient des résultats différents; les hommes démontrant une plus grande utilisation des stratégies d'évitement que les femmes. Laporte, Sabourin et Wright (1990) constatent que les femmes sont davantage portées à rechercher le support social que les hommes et que ces derniers utilisent plus fréquemment la comparaison optimiste. Dans notre étude, les stratégies d'évitement regroupent cinq items sur un total de treize qui portent sur la recherche de support social, corroborant en partie les résultats obtenus par Laporte et ses collègues. Gottman et Levenson (1986) stipulent que les hommes ont un degré plus élevé de réactivité physiologique que les femmes lors d'une interaction conflictuelle, ce qui les amènerait à minimiser l'ampleur du conflit et à l'éviter lorsque celui-ci survient. Il est possible que lorsque les hommes sont sollicités (à l'aide d'un questionnaire) à propos de leurs stratégies utilisées lors de conflits de couple, ils aient tendance à minimiser de façon générale leurs réponses émotionnelles. De plus, puisqu'ils ne sont pas placés dans une situation qui éveille et suscite des réactions physiologiques réelles et immédiates, ils sont peut-être moins portés à faire usage de stratégies visant l'évitement de la situation aversive. Cette thèse expliquerait

en grande partie la tendance des femmes à obtenir généralement des moyennes plus élevées que les hommes sur les stratégies émotives et d'évitement.

Nous avons tenté de vérifier les répercussions de l'attachement et des stratégies d'adaptation sur l'ajustement conjugal. Ainsi l'attachement anxieux/ambivalent, l'attachement évitant et les stratégies centrées sur les émotions sont reliées négativement à l'ajustement dyadique de la femme, alors que les stratégies d'adaptation centrées sur la tâche y sont associées positivement. Chez les hommes, l'attachement anxieux/ambivalent et les stratégies d'adaptation centrées sur les émotions contribuent à diminuer leur ajustement conjugal. Ainsi, le patron des résultats est différent pour les femmes et les hommes. Dans un effort visant à examiner simultanément les répercussions de l'attachement et des stratégies d'adaptation des hommes et des femmes sur l'ajustement conjugal de chacun des deux conjoints, nous avons observé autant chez la femme que chez l'homme, que leur ajustement à la vie de couple diminue lorsque le(la) conjoint(e) présente un attachement anxieux/ambivalent élevé. Ici, ces résultats sont différents de ceux présentés par Collins et Read (1990) et Simpson (1990) où seulement l'attachement anxieux/ambivalent de l'épouse est relié à une diminution de l'ajustement dyadique de l'homme. La nature des stratégies d'adaptation utilisées par le mari pour composer avec les conflits de couple n'est pas reliée à l'ajustement de la femme, alors que les stratégies centrées sur les émotions utilisées par les femmes sont associées négativement à l'ajustement du mari.

Enfin, les présents résultats ne permettent pas de supporter le modèle voulant que les stratégies d'adaptation jouent un rôle médiateur dans la relation entre l'attachement et l'ajustement des conjoints. Les stratégies d'adaptation

semblent plutôt avoir une fonction modulatrice. Lorsque les femmes utilisent un plus grand nombre de stratégies d'évitement (comparativement à la moyenne des femmes de l'échantillon), le lien affectif de quelque nature qu'il soit est essentiellement menaçant et il conduit à une insatisfaction conjugale, tandis que chez les femmes qui emploient moins de stratégies d'évitement, plus leur niveau d'attachement est sécurisant plus elles sont adaptées à leur vie de couple. Ce patron de résultats contribue à expliquer la présence d'une relation négative entre l'attachement sécurisant et l'ajustement des femmes. Par ailleurs, lorsque les femmes utilisent un nombre élevé de stratégies centrées sur la tâche, la relation entre l'attachement évitant et l'ajustement n'est plus significative. Autrement dit, le recours aux stratégies centrées sur la résolution des conflits de couples par les femmes peut ou non leur permettre d'éliminer l'effet négatif d'un attachement évitant sur leur ajustement. À l'opposé, les femmes dont l'attachement est évitant et qui font peu usage de stratégies centrées sur la tâche rapportent des difficultés conjugales. Chez les hommes, lorsqu'ils utilisent beaucoup de stratégies d'évitement, et qu'ils ont un attachement anxieux/ambivalent, ceux-ci vivent des difficultés conjugales. S'ils utilisent peu de stratégies d'évitement et qu'ils ont un attachement anxieux/ambivalent, leur insatisfaction conjugale augmente de façon encore plus prononcée. Il semble que les stratégies d'évitement occupent une fonction importante dans la régulation des émotions.

La généralisation des présents résultats à d'autres couples pourrait contribuer à accroître l'efficacité clinique des thérapies conjugales. Ainsi, chez les conjoints qui se perçoivent comme sécurisants, l'évaluation précoce de comportements ou de cognitions visant l'évitement des situations conjugales

conflictuelles aiderait à comprendre leur source d'insatisfaction conjugale. Un faible répertoire d'habiletés visant à solutionner les difficultés rencontrées au sein du couple guiderait les partenaires, qui ont développé leur relation sur un mode affectif évitant, à ressentir une plus grande détresse conjugale. Toutefois, avec ce genre de conjoints, le clinicien doit retenir que même un travail thérapeutique axé sur l'acquisition de stratégies visant la résolution des difficultés ne permettrait pas à tous les conjoints évitants de rehausser leur sentiment de satisfaction conjugale. Enfin, puisque les partenaires anxieux/ambivalent sont susceptibles de vivre plus d'insatisfaction conjugale, il apparaîtrait important que la cible thérapeutique permette de remplacer les stratégies d'évitement par des stratégies plus efficaces comme celles centrées sur la tâche.

Avant de conclure, il faut souligner que la communauté de chercheurs en psychologie cognitive traitent différemment les variations et facettes du concept des stratégies d'adaptation, ce qui a donné lieu à différentes échelles d'adaptation (Bowman, 1990; Endler & Parker, 1990; Folkman & Lazarus, 1985). Ces instruments divergent au niveau des fondements théoriques de base, des procédures de validation, des caractéristiques des sujets, ce qui a des conséquences directes sur la comparaison et la généralisation des résultats (Endler, Parker, & Summerfield, 1993). À titre d'exemple, les sujets qui ont servi au développement du CISS (Endler & Parker, 1990) provenaient d'un échantillon d'étudiants de niveau universitaire. Le présent échantillon est composé de couples qui ont été questionnés sur leurs stratégies utilisées dans des situations de stress de nature conjugale. Puisqu'aucune stratégie de type interactionnel (impliquant directement le conjoint) ne leur a été suggérée dans le

CISS, il serait intéressant de comparer les réponses des conjoints au CISS et celles provenant d'un instrument évaluant les stratégies d'adaptation qui tiennent compte de l'interaction entre les conjoints (e.g., Bowman, 1990; Coyne & Smith, 1991). Il semble que l'utilisation de certaines stratégies d'adaptation soit plus ou moins courante et soit plus ou moins influente selon la spécificité de la situation (Endler et al., 1993; Mattlin, Wethington, & Kessler, 1990). Par exemple, l'utilisation de l'évitement est plus commune pour faire face à des situations de maladie que pour composer avec des problématiques pratiques. Il y a lieu de se demander si les situations interpersonnelles ou conjugales n'échapperaient pas à ce phénomène de relativité.

À notre connaissance, aucune étude n'a tracé un rapport aussi clair que celui de la présente étude entre l'attachement, les stratégies d'adaptation et l'ajustement dyadique. Les stratégies d'adaptation semblent occuper un rôle important qui module la relation entre les styles d'attachement du conjoint et son ajustement conjugal. Toutefois, il reste à déterminer si le patron de relations entre ces trois variables demeure le même en présence de situations conflictuelles aiguës et chroniques entre les conjoints et en fonction de la spécificité du contexte relationnel et familial (e.g., perte d'emploi vécue par l'un des conjoints, maladies d'un des conjoints, difficultés avec un des enfants). De plus, il faudra préciser avec une plus grande exactitude la nature des stratégies d'adaptation utilisées par des conjoints et adapter s'il y a lieu le répertoire de stratégies présentées par le chercheur aux couples avec celui réellement utilisé dans la vie conjugale et familiale quotidienne.

Références

- Aiken, L. S., & West, S. G. (1991). Multiple regression: Testing and interpreting interactions. Newbury Park: Sage.
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. M., Waters, E., & Wall, S. (1978). Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation. Hilldale, NJ: Erlbaum.
- Alain, M. (1985). Une application des théorie de l'attribution: Les conflits conjugaux. Revue Québécoise de Psychologie, 6, 102-113.
- Baillargeon, J., Dubois, G., & Marineau, R. F. (1986). Traduction française de l'Échelle d'ajustement dyadique. Revue Canadienne des Sciences du Comportement, 18, 25-34.
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. Journal of Personality and Social Psychology, 51, 1173-1182.
- Bartholomew, K. (1990). Avoidance of intimacy: An attachment perspective. Journal of Social and Personal Relationships, 7, 147-178.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. Journal of Personality and Social Psychology, 61, 226-244.
- Billings, A. G., & Moos, R. H. (1981). The role of coping responses and social resources in attenuating the impact of stressful life events. Journal of Behavioral Medecine, 4, 139-157.

- Bouchard, G., Sabourin, S., Lussier, Y., Wright, J., & Boucher, C. (1991). La structure factorielle de la version française de l'Échelle d'Ajustement Dyadique. Revue Canadienne de Counseling, 25, 4-11.
- Bowlby, J. (1969). Attachment and loss: Vol. I. Attachment. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1973). Attachment and loss: Vol. II. Separation: Anxiety and anger. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1980). Attachment and loss: Vol. III. Loss. New York: Basic Books.
- Bowman, M. L. (1990). Coping efforts and marital satisfaction: Measuring marital coping and its correlates. Journal of Marriage and the Family, 52, 463-474.
- Cohen, J., & Cohen, P. (1983). Applied multiple regression/correlation analysis for the behavioral sciences (2nd ed.). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Coyne, J. C., & Smith, D. A. F. (1991). Couples coping with myocardial infarction: A contextual perspective on wife's distress. Journal of Personality and Social Psychology, 61, 404-412.
- Doherty, W. J. (1982). Attribution style and negative problem solving in marriage. Family Relations, 31, 201-205.
- Endler, N. S., & Parker, J. D. A. (1990). Multidimensional assessment of coping: A critical evaluation. Journal of Personality and Social Psychology, 58, 844-854.

- Endler, N. S., Parker, J. D. A., & Summerfield, L. J. (1993). Coping with health problems: Conceptual and methodological issues. Canadian Journal of Behavioural Science, 25, 384-399.
- Fincham, F. D. (1985). Attribution in close relationships. In J. H. Harvey & G. Weary (Eds.), Attribution: Basic issues and applications (pp. 203-234). Orlando, FL: Academic Press.
- Fincham, F. D., Bradbury, T. N., & Scott, C. K. (1990). Cognitions in marriage. In F. D. Fincham & T. N. Bradbury (Eds.), The psychology of marriage: Basic issues and applications (pp 118-143). New York: Guilford.
- Fincham, F. D., & O'Leary, D. K. (1983). Causal inferences for spouse behavior in maritally distressed and non-distressed couples. Journal of Social and Clinical Psychology, 1, 42-57.
- Fincham, F. D., Beach, S., & Nelson, G. (1987). Attribution processes in distressed and non-distressed couple: 3. Causal and responsibility attributions for spouse behavior. Cognitive Therapy and Research, 11, 71-86.
- Fitness, J., & Strongman, K. (1991). Affect in Close Relationship. In G.J.O. Fletcher & F. D. Fincham (Eds.), Cognition in Close Relationships (pp. 175-202). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Folkman, S., & Lazarus, R., S. (1980). An analysis of coping in a middle-aged community sample. Journal of Health and Social Behavior, 21, 219-239.

- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1985). If it changes it must be a process: Study of emotion and coping during three stages of a college examination. Journal of Personality and Social Psychology, 48, 150-170.
- Folkman, S., Lazarus, R. S., Dunkel-Schetter, C., DeLongis, A. & Gruen, R. J., (1986). Dynamics of a stressful encounter: Cognitive appraisal, coping, and encounter outcomes. Journal of Personality and Social Psychology, 50, 992-1003.
- Gotlib, I. H., & Colby, C. A. (1987). Treatment of depression: An interpersonal systems approach. New York: Pergamon.
- Gotlib, I. H., & Whiffen, V. E. (1989). Stress, coping, and marital satisfaction in couples with a depressed wives. Canadian Journal of Behavioural Science, 21, 401-418.
- Gottman, J. M., & Levenson, R. W. (1986). Assessing the role of emotion in marriage. Behavioral Assessment, 8, 31-48.
- Haan, N. (1977). Coping and defending: Processes of self-environment organization. New York: Academic Press.
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. Journal of Personality and Social Psychology, 52, 511-524.
- Holtzworth-Munroe, A., & Jacobson, N. S. (1985). Causal attribution of married couples. When do they search for causes? Journal of Personality and Social Psychology, 48, 1398-1412.

- Ilfeld, F. W. Jr. (1982). Marital stressors, coping styles, and symptoms of depression. In L. Golberger & G. Greznitz (Eds.), Handbook of stress (pp. 482-495). New York: Free Press.
- Jaccard, J., Turrisi, R., & Wan, C. K. (1990). Interaction effects in multiple regression. Newbury Park: Sage.
- Kessler, R. C., & Essex, M. (1982). Marital status and depression: The importance of coping resources. Social Forces, 61, 484-507.
- Kobak, R. R., & Hazan, C. (1991). Attachment in marriage: Effects of security and accuracy of working models. Journal of Personality and Social Psychology, 60, 861-869.
- Kobak, R. R., & Sceery, A. (1988). Attachment in late adolescence: Working models, affect regulation and representations of self and others. Child Development, 59, 135-146.
- Kobasa, S. C. (1979). Stressful life events, personality, and health: An inquiry into hardiness. Journal of Personality and Social Psychology, 37, 1-11.
- Laporte, L., Sabourin, S., & Wright, J. (1990). Problem solving self appraisal and coping efforts in distressed and nondistressed couples. Journal of Marital and Family Therapy, 16, 89-97.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). Coping and adaptation. In W. D. Centry (Ed.), The handbook of behavioral medecine (pp 282-325). New York : Guildford.
- Levy, M. B., & Davis, K. E. (1988). Love styles and attachment styles compared: Their relations to each other and to various relationship characteristics. Journal of Social and Personal Relationships, 5, 439-471.

- Mattlin, J., A., Wethington, E., & Kessler, R. C. (1990). Situational determinants of coping and coping effectiveness. Journal of Health and Social Behavior, 31, 103-122.
- Margolin, G. (1981). Behavior exchange in happy and unhappy marriages: A family life cycle perspective. Behavior Therapy, 12, 329-343.
- McLaughlin, M., Cormier, L. S., & Cormier, W. H. (1988). Relation between coping strategies and distress, stress, and marital adjustment of multiple-role women. Journal of Counseling Psychology, 35, 187-193.
- Menaghan, E. (1982). Measuring coping effectiveness: A panel analysis of marital problems and coping efforts. Journal of Health and Social Behavior, 23, 220-234.
- Mikulincer, M., & Erev, I. (1991). Attachment style and the structure of romantic love. British Journal of Social Psychology, 30, 273-291.
- Mikulincer, M., Florian, V., & Tolmacz, R. (1990). Attachment styles and fear of personal death: A case study of affect regulation. Journal of Personality and Social Psychology, 58, 273-280.
- Mikulincer, M., Florian, V., & Weller, A. (1993). Attachment styles, coping strategies, and posttraumatic psychological distress: The impact of the Gulf war in Israel. Journal of Personality and Social Psychology, 64, 817-826.
- Pearlin, L. I., & Schooler, C. (1978). The structure of coping. Journal of Health and Social Behavior, 19, 2-21.

- Pistole, C. (1989). Attachment in adult romantic relationships: Style of conflict resolution and relationship satisfaction. Journal of Social and Personal Relationships, 6, 505-510.
- Richer, C., & Sabourin, S. (1988, Novembre). Mécanismes d'adaptation chez les couples et détresse conjugale. Communication présentée au 11^e congrès de la Société Québécoise de Recherche pour la Psychologie. Montréal.
- Sabourin, S., Lussier, Y., Laplante, B., & Wright, J. (1990). Unidimensional and multidimensional models of dyadic adjustment: A hierarchical reconciliation. Psychological Assessment: A Journal of Consulting and Clinical Psychology, 2, 333-337.
- Shaver, P., Hazan, C., & Bradshaw, D. (1988). Love as attachment: The integration of three behavioral systems. In R. Sternberg & M. Barnes (Eds.), The psychology of love (pp. 69-99). New Haven, CT: Yale University Press.
- Senchak, M., & Leonard, K. E. (1992). Attachment styles and marital adjustment among newlywed couples. Journal of Social and Personal Relationship, 9, 51-64.
- Simpson, J. A. (1990). Influence of attachment styles on romantic relationships. Journal of Personality and Social Psychology, 59, 971-980.
- Simpson, J. A., Rholes, W. S., & Nelligan, J. S. (1992). Support seeking and support giving within couples in an anxiety-provoking situation: The role

of attachment styles. Journal of Personality and Social Psychology, 3, 434-446.

Spanier, G. B. (1976). Mesuring dyadic ajustment: New scales for assessing the quality of marriage and similar dyads. Journal of Marriage and the Family, 38, 15-28.

Spanier, G. B., & Thompson, L. (1982). A confirmatory analysis of the Dyadic Adjustment Scale. Journal of Marriage and the Family, 44, 731-738.

Vaillant, G. E. (1977). Adaptation to Life. Boston: Little Brown.

Whiffen, V. E., & Götlip, I. H. (1989). Stress and coping in maritally distressed and nondistressed couples. Journal of Social and Personal Relationships, 6, 327-344.

Notes des Auteurs

Cette recherche a été réalisée grâce à des subventions du Conseil de Recherche en Sciences Humaines du Canada, ainsi que du Fonds FCAR du Gouvernement du Québec accordées à Yvan Lussier et à Stéphane Sabourin. Cet article s'inscrit dans le cadre du mémoire de maîtrise de la première auteure.

Les demandes de tirés-à-part doivent être adressées à Yvan Lussier, Ph.D., Département de Psychologie, Université du Québec à Trois-Rivières, C.P. 500, Trois-Rivières, Québec, Canada, G9A 5H7.

Tableau 1

Régression Hiérarchique Prédissant l'Ajustement Dyadique à partir des Indices d'Attachement et des Stratégies d'Adaptation

	Bêta	R ²	dl	F
Ajustement dyadique de la femme				
Étape 1				
Indices d'attachement		.30	(3,114)	16.12***
• Évitant	-.22*			
• Anxieux/ambivalent	-.45***			
• Sécurisant	-.24**			
Étape 2				
Stratégies d'adaptation		.42 ^a	(6,111)	13.41***
• Évitement	.07			
• Tâche	.30***			
• Émotion	-.24**			
Ajustement dyadique de l'homme				
Étape 1				
Indices d'attachement		.19	(3,115)	9.07***
• Évitant	-.03			
• Anxieux/ambivalent	-.36***			
• Sécurisant	-.06			
Étape 2				
Stratégies d'adaptation		.25 ^a	(6,112)	6.34***
• Tâche	.14			
• Évitement	.04			
• Émotion	-.25**			

Note. Le R² et le F tiennent compte de l'ensemble des variables qui ont été entrées dans l'équation à chacune des étapes. ^a Changement significatif du R².

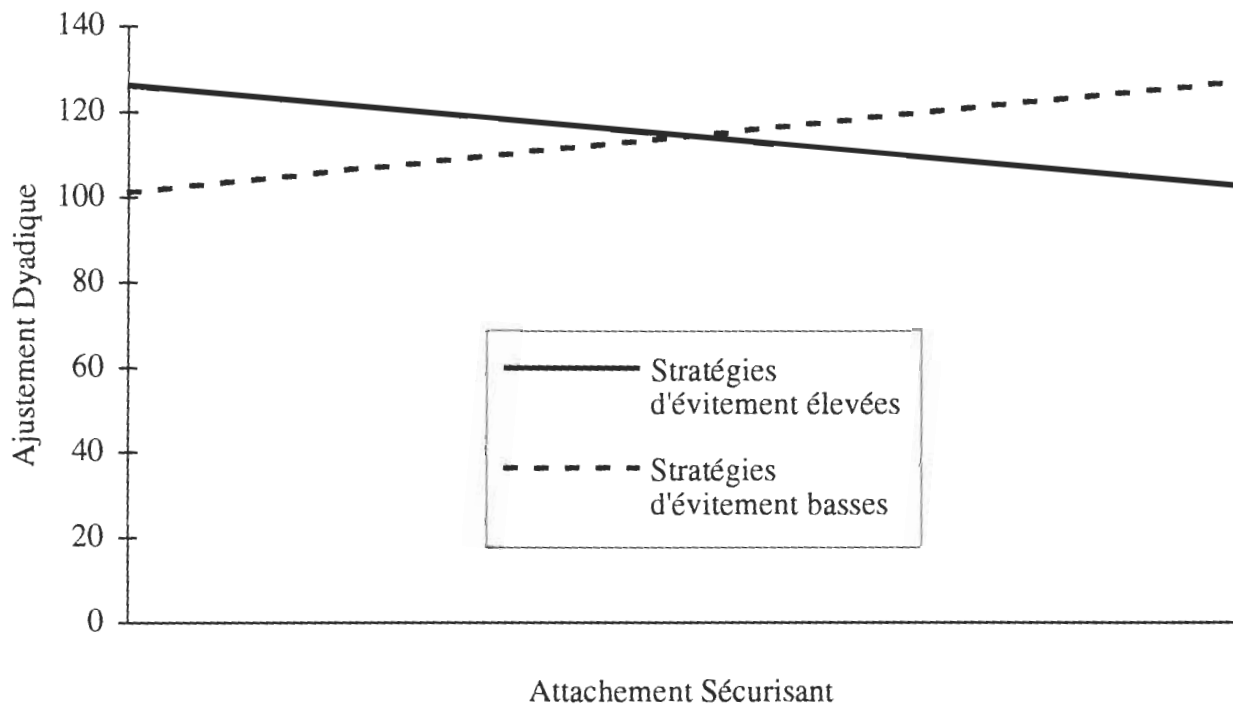
*p < .05. ** p < .01. ***p < .001.

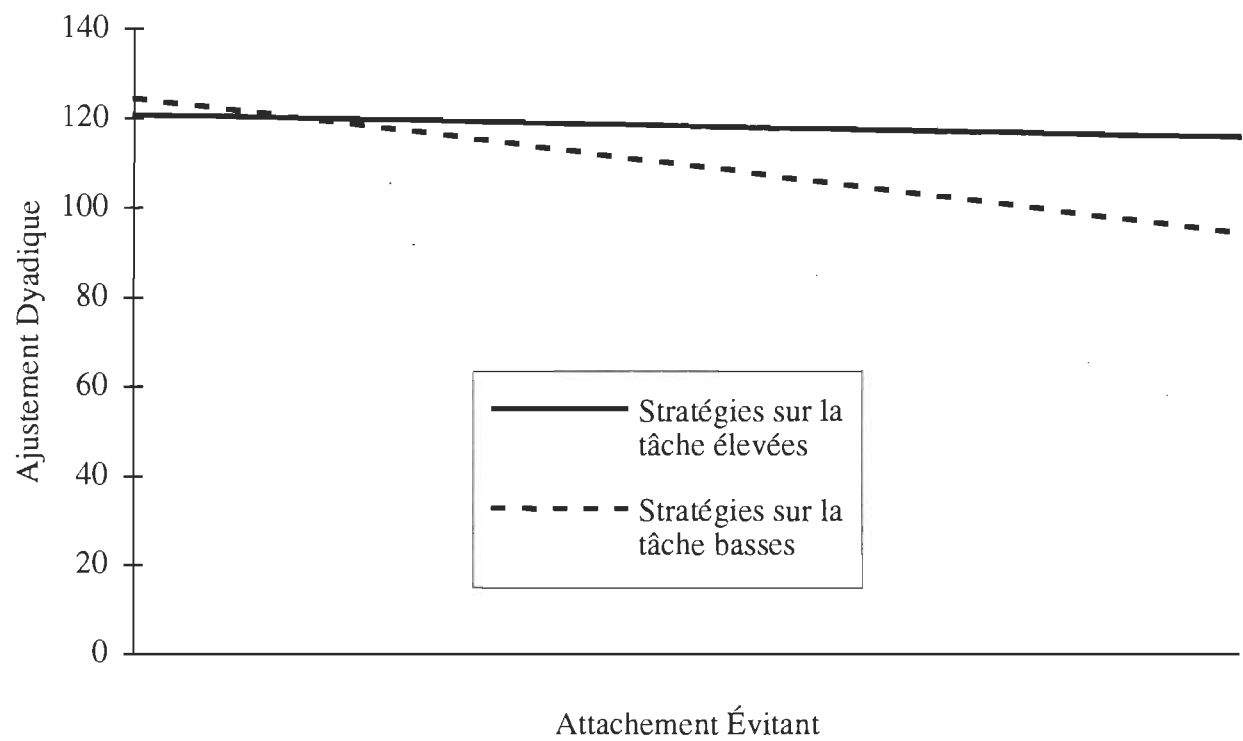
Sous-Titres des Figures

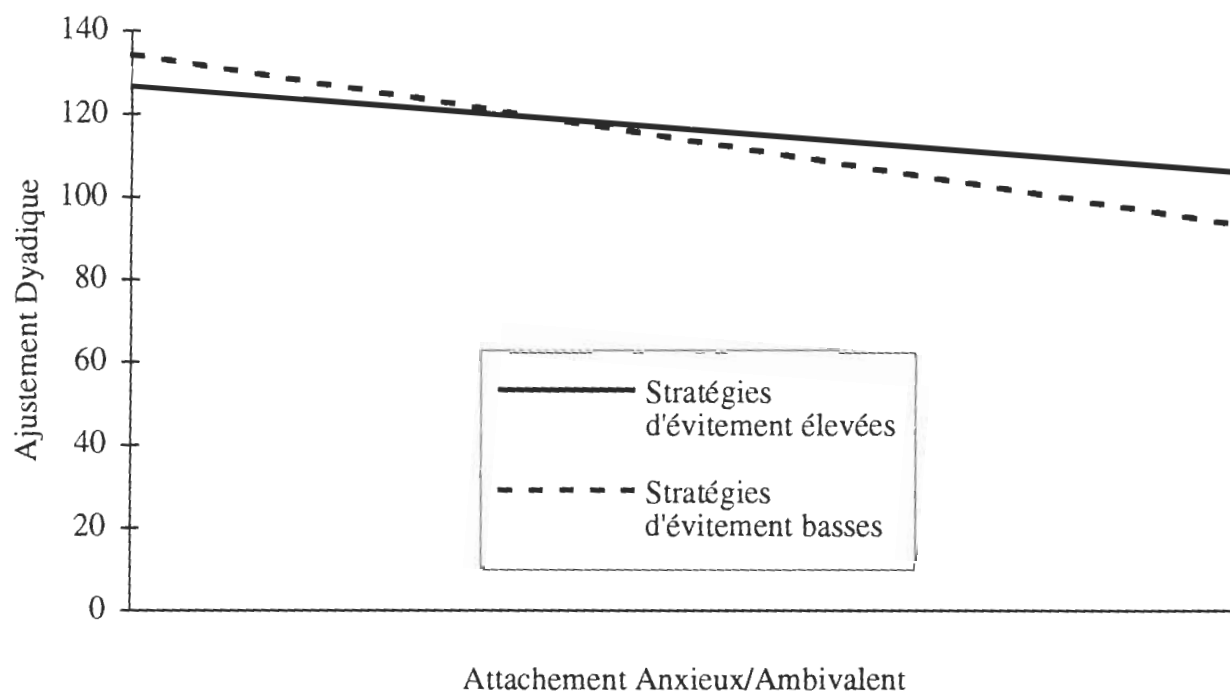
Figure 1. Relations entre l'attachement sécurisant et l'ajustement dyadique des femmes en fonction de degrés élevés et bas de stratégies d'évitement.

Figure 2. Relations entre l'attachement évitant et l'ajustement dyadique des femmes en fonction de degrés élevés et bas de stratégies sur la tâche.

Figure 3. Relations entre l'attachement anxieux/ambivalent et l'ajustement dyadique des hommes en fonction de degrés élevés et bas de stratégies d'évitement.







Remerciements

L'auteure désire exprimer toute sa gratitude à son directeur de mémoire Yvan Lussier, Ph.D., professeur de psychologie à l'Université du Québec à Trois-Rivières, pour son indéniable contribution au présent article et son support constant depuis le début du projet. Innombrables et fructifiants sont les apprentissages tirés des rencontres remplies d'échanges d'idées avec celui-ci. Sa disponibilité considérable, son esprit critique et ses précieux conseils furent grandement appréciés par l'auteure.

L'auteure souhaite également remercier Stéphane Sabourin, Ph.D., professeur à l'École de Psychologie de l'Université Laval, pour son analyse critique et constructive concernant l'ensemble du travail accompli. Finalement, l'auteure tient à remercier Madame Geneviève Lapointe pour sa collaboration dans les étapes de recrutement de l'échantillon et de l'entrée des données.